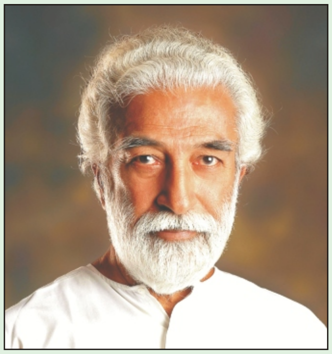


ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ (1939-2012)

ಬೆಳಕು

ಇದು ಭೌತಿಕ ಮಟ್ಟದ ಬೆಳಕಲ್ಲ, ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಬೆಳಕು. ಈ ಬೆಳಕು ಎಲ್ಲ ಸೃಷ್ಟಿಯ ಮೂಲ. ಎಲ್ಲ ಸಕ್ರಿಯ ಶಕ್ತಿಗಳ ಮೂಲ. ಪ್ರೀತಿ, ಶಾಂತಿ, ಸತ್ಯ, ವಿವೇಕ ಮತ್ತು ಸಮಸ್ತ ಜೀವರಾಶಿಗಳ ಮೂಲ. ಈ ಬೆಳಕೇ ದೇವರು.

ಚಾನಲಿಂಗ್

ಬೆಳಕನ್ನು ನಮ್ಮೊಳಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸುವಂತೆ ಉದ್ದೇಶಿಸಿ, ನಂತರ ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹರಡುವಂತೆ ಮಾಡುವುದೇ ಚಾನಲಿಂಗ್. ನಮ್ಮ ಶರೀರ ಬೆಳಕಿನ ಅತ್ಯುನ್ನತ ತರಂಗಗಳನ್ನು ಸ್ಥೂಲಮಟ್ಟದ ತರಂಗಗಳಾಗಿ ಬದಲಾಯಿಸುತ್ತದೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಕಂಪನಗಳು ಎಲ್ಲ ಜೀವಿಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ತಲುಪುತ್ತವೆ. ಅವು ಹೀಲಿಂಗ್ ಚೈತನ್ಯಗಳನ್ನು, ಪ್ರೇಮ, ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತವೆ. ಅವು ಪರಿವರ್ತನೆಗೆ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತವೆ. ನಾವು ಉತ್ತಮ ಮಾನವ ಜೀವಿಗಳಾಗುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಪ್ರಪಂಚ, ಉತ್ತಮ ಪ್ರಪಂಚವಾಗುತ್ತದೆ.

ತಂತ್ರ

ನಿಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಬೆಳಕಿನ ಸಾಗರವಿದೆ ಎಂದು ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಬೆಳಕು ನಿಮ್ಮ ದೇಹದೊಳಕ್ಕೆ ಬಂದು ತುಂಬಿಕೊಂಡಂತೆ ಭಾವಿಸಿ. ನಂತರ ಬೆಳಕಿನಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರೇಮ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿಗಳನ್ನು ಒಂದು ನಿಮಿಷದವರೆಗೆ ಅನುಭವಿಸಿ. ಆ ಬೆಳಕು ಕ್ರಮೇಣ ನಿಮ್ಮ ಮನೆ, ಸುತ್ತಮುತ್ತಲ ಪ್ರದೇಶ, ದೇಶ ಮತ್ತು ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಹರಡಿದಂತೆ ಕಲ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಇದನ್ನು ಕನಿಷ್ಟ 7 ನಿಮಿಷ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನ

ಈ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಋಷಿಮಾರ್ಗದ ಸಂಸ್ಥಾಪಕರಾದ ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದರವರು 18-05-2008 ರಂದು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದರು.

ಈ ಸಂಚಲನವೆಂದರೆ ಬೆಳಕನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಏಳು ನಿಮಿಷಗಳವರೆಗೆ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಏಳುವಾಗ ಅಥವಾ ರಾತ್ರಿ ಮಲಗುವ ಮೊದಲು ನಮ್ಮ ನಮ್ಮ ಸ್ಥಳಗಳಿಂದಲೇ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದು.

ಈ ಸಂಚಲನದ ಗುರಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ತರುವುದು.

ಸಂಚಲನದ ವೈಶಿಷ್ಟತೆ

- ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಏಕತೆ.
- ಇದು ಧಾರ್ಮಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯಲ್ಲ.
- ವಿಶ್ವಾತ್ಮಕವಾದದ್ದು.
- ಇಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಕಟ್ಟುಪಾಡುಗಳಿಲ್ಲ.
- ಇಲ್ಲಿ ಸದಸ್ಯತ್ವವಿಲ್ಲ.
- ಶಾಂತಿ ನೆಲೆಸಲು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಕೊಡುಗೆಯನ್ನು ಕೊಡಬಹುದು.
- ಇದು ಪ್ರತಿ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಮತ್ತು ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ಸಹಾಯಕಾರಿ.
- ಹೊಸಯುಗಕ್ಕೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಇದು ನಮ್ಮನ್ನು ಮತ್ತು ವಿಶ್ವವನ್ನು ಸಿದ್ಧಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ

ಸಂ 2, ಸಂ 6 ಅಕ್ಟೋಬರ್ 2014

ಒಂದು ಸಂದೇಶ

ಗುರೂಜಿ ಕೃಷ್ಣಾನಂದ

ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

(ಅವರ ಭಾಷಣದ ಆಯ್ದ ಭಾಗಗಳು)

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಾಂತಿಯ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದು ನನ್ನ ಕೆಲಸದ ಒಂದು ಭಾಗ. ಕ್ರಾಂತಿಯು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದೆ. ಅದು ಬಹಿರಂಗವಾಗಿ ಕಾಣಿಸದೇ ಇರಬಹುದು. ಆದರೆ ಅನೇಕ ಜನರ ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಿಯನ್ನು ಅದು ತಟ್ಟಿದೆ. ಜನರು ಬೆಳಕನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಬದಲಾಗಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಬೇರೆ ತರಹದ ಕ್ರಾಂತಿಗಳು ನಶಿಸಿ ಹೋಗಬಹುದು ಅಥವಾ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ವಿರೂಪಗೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಕ್ರಾಂತಿಗಳು ಹಾಗಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವು ವಿರೂಪಗಳಿದ್ದರೂ, ಅವುಗಳು ಶತಮಾನಗಳವರೆಗೆ ಜೀವಂತವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಪ್ರಪಂಚದ ಎಲ್ಲಾ ಧರ್ಮಗಳಲ್ಲೂ ಅವುಗಳನ್ನು ನಾವು ಕಾಣಬಹುದು.

ನಾವು ಒಂದು ಹೊಸ ಕಾಲ ಘಟ್ಟವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಇಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯತನ, ಪ್ರಾಮಾಣಿಕತೆ ಮತ್ತು ಶಾಂತಿ ಆಧಿಪತ್ಯ ನಡೆಸುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸದ ಜನರು ಹೊಸಯುಗದಲ್ಲಿ ಜೀವಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಇದನ್ನು ಮನಗಾಣಬೇಕು. ನಾವು ಈ ಕ್ರಾಂತಿಯ ವೇಗವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬೇಕು.

ಘಟನಾವಳಿಗಳು

ಜಯಂತ್ ದೇಶ್‌ಪಾಂಡೆ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ನಡೆಸಲು ಹೋಗುತ್ತಿರುವಾಗ ಅಪಘಾತಕ್ಕೆ ಈಡಾಗಿದ್ದರೂ ಕೂಡ ನಮ್ಮ ನಿಗರ್ವಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆಯೊಬ್ಬರು ಆ ಸೆಷನ್ ನಡೆಸಿದರು. ಅವರಿಗೆ ಮೂರು ಕಡೆ ಮೂಳೆ ಮುರಿದಿತ್ತು ಹಾಗೂ ವಿಪರೀತ ನೋವಿತ್ತು. ಆದರೆ ಸೆಷನ್ ಪ್ರಾರಂಭಿಸುತ್ತಿದ್ದಂತೆ ಆ ನೋವು ಮಾಯವಾಯಿತು!

ಅವರ ಮನೋಭಾವ ಹಾಗೂ ಬೆಳಕಿನಿಂದ ಅನುಗ್ರಹ ಪಡೆದ ಅವರ ಅನುಭವ ನಮ್ಮೆಲ್ಲರನ್ನೂ ಸ್ಫೂರ್ತಿಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಬೆಳಕನ್ನು ಹರಡುವ ಈ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ಪುನಃ ಸಮರ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಉತ್ತೇಜಿಸುತ್ತದೆ. ಬಹಳ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯುತವಾದ ಅವರ ಮನೋಭಾವ ಹಾಗೂ ಅವರ ಬದ್ಧತೆಯ ಕಾರಣದಿಂದಾಗಿ ಅವರು ಈ ಕಾರ್ಯದೊಂದಿಗೆ ಮುಂದುವರೆದರು. ಬೆಳಕು ತನ್ನ ಅನುಗ್ರಹವನ್ನು ಸುರಿಸಿ ಅವರನ್ನು ನೋಡುಕೊಂಡಿತು. ಇಂತಹ ಚಿಕ್ಕ ವಿಶಯಗಳಲ್ಲೂ ಹೇಗೆ ಬೆಳಕು ನಮ್ಮನ್ನು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ಬಹಳ ಹೃದಯ ಸ್ಪರ್ಷಿಯಾಗಿದೆ.

ಇಂತಹ ಬದ್ಧರಾದ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ತಂಡಕ್ಕೆ ಹಾಗೂ ಬೆಂಬಲ ನೀಡಿ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹಿಸಿದ ಶಾಲೆಗಳಿಗೆ ವಂದನೆಗಳು. ಸುಮಾರು 4700 ಶಾಲೆಗಳ 26 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ನಾವು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕಲಿಸಿದ್ದೇವೆ.

ಬೆಳಕಿನ ಕ್ರಿಯಾಶಕ್ತಿ

ಮನೋಜ್ ಚೋಪ್ರ; ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ನಾವು ಯಾವುದೇ ಬದಲಾವಣೆಗಳನ್ನು ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆಯೇ ಕಾಣದಿದ್ದರೂ ಹಲವಾರು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಸಂಕೇತಗಳು ನಮ್ಮ ಸುತ್ತಲೂ ಇವೆ. ಈಗ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರತಿಭಟನೆ ಮತ್ತು ಬಹಿರಂಗ ಪ್ರದರ್ಶನಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ. ಅನ್ಯಾಯ ಮತ್ತು ಹಿಂಸೆಯ ವಿರುದ್ಧ ಕೋಪ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆ. ವಿಶ್ವ ಒಂದಾಗುತ್ತಿದೆ ಹಾಗೂ ಅನೇಕ ದೇಶಗಳು ಭಯೋತ್ಪಾದನೆ, ಅನ್ಯಾಯಗಳಂತಹ ಜಾಗತಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಬಗೆಹರಿಸಲು ಮುಂದೆ ಬರುತ್ತಿವೆ. ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ಹಾಗೂ ನಕಾರಾತ್ಮಕ ಶಕ್ತಿಗಳ ಸ್ಪಷ್ಟ ಧ್ರುವೀಕರಣವನ್ನು ನಾವು ಕಾಣಬಹುದು. ಭರವಸೆ ಉಂಟಾಗಿದೆ. ಖಂಡಿತವಾಗಿಯೂ ಒಳ್ಳೆಯ ದಿನಗಳು ಬರಲಿವೆ.

ಅನೇಕ ರಜಾ ದಿನಗಳಿದ್ದರೂ ಕೂಡ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೆಲಸ ಹೆಚ್ಚಿನ ವೇಗದಿಂದ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತಿದೆ. ಹಲವಾರು ಹೊಸ ಶಾಲೆಗಳು ಮತ್ತು ಸಾವಿರಾರು ಹೊಸ ಮಕ್ಕಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ಅನ್ನು ತಮ್ಮ ದೈನಂದಿನ ಸಭೆಗಳ ಭಾಗವಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ವಿಶ್ವ ಶಾಂತಿಗೋಸ್ಕರ ಶಾಲಾ ಮಕ್ಕಳು ಹಾಗೂ ಅಧಿಕಾರಿಗಳು ನೀಡುತ್ತಿರುವ ಕೊಡುಗೆಗಾಗಿ ಅವರನ್ನು ನಮ್ರತೆಯಿಂದ ವಂದಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ)
ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರಸ್ತೆ) ಬೆಂಗಳೂರು–560077 ಭಾರತ.
ಫೋನ್ : (080) 2846 5280, 99000 75280 (10 AM to 4 PM)
ಇ–ಮೇಲ್ : info@lightagemasters.com info@lightchannels.com
ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ : www.lightagemasters.com www.lightchannels.com

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳು

ನಮ್ಮ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ಥಳೀಯರು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಲು ನಿಗದಿಪಡಿಸಿದ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟಿಗೆ ಸೇರುತ್ತಾರೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಲು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಸ್ವಾಗತ. ಯಾವುದೇ ಶುಲ್ಕವಿಲ್ಲ ಹಾಗೂ ಸದಸ್ಯರಾಗಬೇಕಿಲ್ಲ.

ಬೆಂಗಳೂರು

ಸೋಮವಾರದಿಂದ ಶುಕ್ರವಾರದವರೆಗೆ
(ಸಂಜೆ 7:00 - 7:15)
ಶ್ರೀ ಸಿದ್ಧಾಶ್ರಮ, 17ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ,
ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂ
☎ 9084121545 ಶ್ರೀ ಚಂದ್ರಶೇಖರ್

ಸೋಮವಾರ (ಸಂಜೆ 6:30 - 7:00)
ಆಂಜನೇಯ ದೇವಸ್ಥಾನ,
ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಬಡಾವಣೆ
☎ 9972111809 ಶ್ರೀಮತಿ ಅಂಜಲಿ ಪಾಟಿಲ್ ಕೆ.

ಬುಧವಾರ (ಸಂಜೆ 6:30 - 7:00)
ಮಾರುತಿ ಮಂದಿರ, ವಿಜಯನಗರ
☎ 9972111809 ಶ್ರೀಮತಿ ಅಂಜಲಿ ಪಾಟಿಲ್ ಕೆ.

ಗುರುವಾರ (ಸಂಜೆ 6:30 - 7:00)
ಮಂಚ್‌ಕಿನ್ಸ್, ನಂ. 890, 38ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ,
20ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ,
4ನೇ 'T' ಬ್ಲಾಕ್, ಜಯನಗರ
☎ 9972888033 ಕಾರ್ತಿಕ್ ಎನ್.

ಶುಕ್ರವಾರ (ಸಂಜೆ 6:30 - 7:00)
'ಸುಮತಿ', ನಂ. 481, 7ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ,
7ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ,
ಜೆ.ಪಿ. ನಗರ 3ನೇ ಹಂತ
☎ 9900110351 ಶ್ರೀ ರಮೇಶ್ ವಿ. ಭೋಸೆಕರ್

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 6:30 - 7:00)
ಬಲಮುರಿ ಮಹಾಗಣಪತಿ, 8ನೇ ಅಡ್ಡರಸ್ತೆ,
ಹೊಯ್ಸಳ ವೃತ್ತದ ಬಳಿ,
ಕೆಂಗೇರಿ ಸೆಟಲೈಟ್ ಟೌನ್
☎ 9972111809 ಶ್ರೀಮತಿ ಅಂಜಲಿ ಪಾಟಿಲ್ ಕೆ.

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 6:00 - 7:00)
ಶಿಕ್ಷಾ ಸಾಗರ್ ಪ್ರೈಮರಿ ಶಾಲೆ, ನಂ. 77,
5ನೇ ಮುಖ್ಯ ರಸ್ತೆ, ಪೋಸ್ಟಲ್ ಕಾಲೋನಿ,
ಸಂಜಯ ನಗರ
☎ 9686571066 ಶ್ರೀ ಸುದೀಪ್ ಜಯರಾಮ್

ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 7:30 - 8:30)
ಗುರುದ್ವಾರ ಸಾಹಿಬ್,
ಆಂಜನೇಯ ದೇವಸ್ಥಾನದ ಎದುರು,
ಅಶ್ವತ್ಥ ನಗರ ಮುಖ್ಯ ರಸ್ತೆ,
ಸಂಜಯ ನಗರ
☎ 9686571066 ಶ್ರೀ ಸುದೀಪ್ ಜಯರಾಮ್

ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಮಂತ್ರಿ ರೆಸಿಡೆನ್ಸಿಯಲ್ಲಿ ನಿವಾಸಿಗಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವುದು. ಇವರು ಪ್ರತಿ ಗುರುವಾರ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ

ಪ್ರಮುಖ ಘಟನೆಗಳು

- ಜನವರಿ 31, 2014, ನಾಲ್ಕನೇ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್ಸ್ ದಿನ – ಭಾರತದಾದ್ಯಂತ 2100 ಶಾಲೆಗಳ 10 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಶಿಕ್ಷಕರು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಈ ದಿನವನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಗೊಳಿಸಿದರು.
- ಜೂನ್ 29, 2013 - ಬೆಂಗಳೂರು, ಮೈಸೂರು, ಹೈದ್ರಾಬಾದ್, ಸಾಂಗ್ಲಿಯಲ್ಲಿನ 30 ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಭಾರತದಾದ್ಯಂತ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳಲ್ಲಿ 13,449 ಮಕ್ಕಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿದರು.
- ಫೆಬ್ರವರಿ 1, 2013, ಮೂರನೇ ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್‌ಗಳ ದಿನ – ಭಾರತದಾದ್ಯಂತ 1868 ಶಾಲೆಗಳ ಸುಮಾರು 8.86 ಲಕ್ಷ ಮಕ್ಕಳು ಮತ್ತು ಅಧ್ಯಾಪಕರು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಈ ದಿನವನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಗೊಳಿಸಿದರು.
- ಮೇ 7, 2012 – ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಚೌಡಯ್ಯ ಸ್ಮಾರಕ ಭವನದಲ್ಲಿ ಆಯೋಜಿಸಿದ್ದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್‌ಗಳ ಸಮಾವೇಶದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ಒಂದು ಸಾವಿರ ಜನರು ಸೇರಿದ್ದರು. ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಸಾವಿರಾರು ಜನರು ವೆಬ್‌ಕಾಸ್ಟ್ ಮತ್ತು ಮನೋಸಂಪರ್ಕಗಳ ಮೂಲಕ ತಮ್ಮ ತಮ್ಮ ಸ್ಥಳದಿಂದಲೇ ಭಾಗವಹಿಸಿ 15 ನಿಮಿಷಗಳ ಕಾಲ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು.
- ಫೆಬ್ರವರಿ 1, 2012, ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್‌ಗಳ ದಿನ – ನೂರಾರು ಶಾಲೆಗಳ 6 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಈ ದಿನವನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಗೊಳಿಸಿದರು.
- ಜನವರಿ 18, 2012 – ಬೆಂಗಳೂರು, ಪುಣೆ, ಚೆನ್ನೈ ಮತ್ತು ಮಂಗಳೂರಿನ 11, 570 ಮಕ್ಕಳು 16 ವಿವಿಧ ಸೆಷನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದರು.
- ಫೆಬ್ರವರಿ 1, 2011, ವಿಶ್ವ ಚಾನಲ್‌ಗಳ ದಿನ – 130 ಸ್ವಯಂಸೇವಕರು ಭಾರತದಾದ್ಯಂತ ಸುಮಾರು 600 ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿನ 4 ಲಕ್ಷಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಸಿದರು.
- ಫೆಬ್ರವರಿ 1, 2010 – 50 ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಸ್ವಯಂಸೇವಕರ ತಂಡವೊಂದು ದಕ್ಷಿಣ ಭಾರತದ 50 ಶಾಲೆಗಳನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ ಸುಮಾರು 30,000 ಮಕ್ಕಳಿಂದ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನಕ್ಕೆ ಭಾರಿ ಚಾಲನೆ ನೀಡಿದರು.

ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್

ಭಾಗವಹಿಸಿದ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	4742
ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	26.41 ಲಕ್ಷ
ಪ್ರತಿದಿನ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಶಾಲೆಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	1240
ಪ್ರತಿದಿನ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ	5.34 ಲಕ್ಷ

ಶಾಲೆಗಳಿಗೊಂದು ಮನವಿ

ನಿಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅನ್ನು ಪ್ರತಿನಿತ್ಯದ ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿಸುವುದರ ಮೂಲಕ ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ಸ್ ವಿಶ್ವ ಸಂಚಲನವನ್ನು ಬಲಗೊಳಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿ

ಮಗು ನಕ್ಕಾಗ, ಬೆಳಕು ಬೀರುತ್ತದೆ . . .

ಉಷಾ ಸತೀಶ್‌ಚಂದ್ರ, ಅನು: ಶ್ರೀದೇವಿ

ನಮ್ಮ ಮುಖದಲ್ಲಿ ನಸುನಗೆ ಮೂಡಿದ ಪ್ರತಿ ಸಲವೂ ಎಷ್ಟೊಂದು ಶಾಂತಿ, ಆನಂದ ಮತ್ತು ಉಲ್ಲಾಸವಿರುತ್ತದೆ.

ಎಲ್ಲಾ ಸಮಯದಲ್ಲೂ ಈ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರಲು ಸಾಧ್ಯವೆ, ಅದರಲ್ಲೂ ಸುತ್ತಲೂ ಅಷ್ಟೊಂದು ಗಲಭೆ ಇರುವಾಗ? ಎಂದು ಯಾರಾದರೂ ಆಶ್ಚರ್ಯಪಡಬಹುದು.

ಆದರೆ ಒಂದು ಮಗು ನಕ್ಕಾಗ ಇಡೀ ಮನೆಯೇ ಬೆಳಗುತ್ತದೆ, ಇದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರ ಅನುಭವ. ಮನೆಯಲ್ಲಿರುವ ಆ ಸಣ್ಣ ಕಂದ ಅಷ್ಟು ಸಕಾರಾತ್ಮಕ ತತ್ವ ಮತ್ತು ಜೀವಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಅದು, ಈ ಆನಂದದ ಮೂಲದ ಸಂಪರ್ಕಕ್ಕೆ ಬಂದ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಹರಡುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನು ತಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ! ಪರಿಶುದ್ಧತೆ ಮತ್ತು ಮುಗ್ಧತೆಯ ಈ ಶಕ್ತಿಯ ಕಡೆಗೆ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಆಕರ್ಷಿತರಾಗುವ ನಾವು ಎಲ್ಲ ತರಹದ ಭಾವನೆಗಳ ಹೊಯ್ದಾಟಗಳಿಂದ ಹೊರಬರುತ್ತೇವೆ. ಜೀವನದ ಹೊರೆಗಳಿಂದ ಕ್ಷಣಕಾಲ ಬಿಡುವನ್ನು ಮತ್ತು ನೆಮ್ಮದಿಯ ಭಾವನೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಮಗುವಿನ ಸುಮಧುರವಾದ ನಗು ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಆಹ್ಲಾದಕರ ನಾದವನ್ನುಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಪರಿಶುದ್ಧ ಆನಂದವನ್ನು ಸೆರೆ ಹಿಡಿದು ಹರಡುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಸಂತೋಷವನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹೊತ್ತು ಓಡಾಡುತ್ತೇವೆ, ಆದಾಗ್ಯೂ, ಆನಂದದ ಬುಗ್ಗೆಯಾದ ಮಗುವಿನ ಜೊತೆಗೂಡಲು ಕಾತರದಿಂದ ಕಾಯುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಈ ಅಕ್ಕರೆಯ ಅನುಭವ ಅಲ್ಪಕಾಲಿಕ. ಮಗು ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಮಗು ವೇಗವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಈ ಸ್ಥಿತಿ ಮತ್ತು ಪರಿಶುದ್ಧತೆ ಹಾಗೂ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯದ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಹಾಗೆಯೇ ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆನ್ನುವುದು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಗುಪ್ತ ಕನಸಾಗಿದೆ.

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಂತಹ ಒಂದು ಅನುಭವ ಹಾಗೂ ಇದಕ್ಕೂ ಮಿಗಿಲಾದದ್ದು! ಈ ಪರಿಶುದ್ಧತೆಯನ್ನು ಇನ್ನೂ ಪೋಷಿಸುತ್ತಿರುವ ಮಕ್ಕಳು ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್ ಮಾಡಿದಾಗ, ಇಡೀ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನೇ ಅವರು ಬೆಳಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ಬಹು ಸರಳವಾದ ಈ ತಂತ್ರ, ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಅನುಭವಿಸಿದಾಗ ಗಾಢವಾದ, ಉತ್ಕೃಷ್ಟವಾದ ಹಾಗೂ ಶಾಶ್ವತವಾದ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡುತ್ತದೆ. ಕಾರಣ ಅತಿ ಸರಳ. ಎಲ್ಲಾ ಸ್ಫೂರ್ತಿಗೆ ಮೂಲವಾದ 'ಬೆಳಕನ್ನು' ಯಾವಾಗಲೂ ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹೊಂದಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಮೇಲಿನಿಂದ ಪಡೆಯಬಹುದು. ಅಧಿಕವಾಗಿ ಸಿಗುವ ಈ ಬೆಳಕು ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಮಗುವನ್ನು ಹೊರತರುವ ಅನುಭವವನ್ನು ನಮಗೆ ನೀಡಲು ಕಾಯುತ್ತಿದೆ ಮತ್ತು ಬಯಸುತ್ತಿದೆ. ಇದು ನಮ್ಮನ್ನು ಮತ್ತೆ ಬದುಕಲು ಬಯಸುತ್ತದೆ ಹಾಗೂ ಪರಿಶುದ್ಧತೆ, ಆನಂದ ಮತ್ತು ಭರವಸೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ ಹರಡುವ ಈ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ನಾವು ಹೋಗಬೇಕೆಂದು ಬಯಸುತ್ತದೆ.

ನೀವು ಬೆಳಕನ್ನು ಪಡೆಯಿರಿ, ಆ ಬೆಳಕು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರನ್ನೂ ತನ್ನ ತೆಕ್ಕೆಗೆ ಸೆಳೆದು ಕ್ರಮೇಣವಾಗಿ ಅವರನ್ನು ಬೆಳಕಾಗಿ ಪರಿವರ್ತಿಸುತ್ತದೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ, ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ, ಆ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್‌ಗಳನ್ನು ನಡೆಸುವ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಗಮನಾರ್ಹವಾದ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗಿರುವುದನ್ನು ಗುರುತಿಸಿದರು. ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ ಸದಾ ಮುಗುಳ್ನಗುತ್ತಾರೆ ಹಾಗೂ ಶಾಂತಿಯನ್ನು ಹೊರಸೂಸುತ್ತಾರೆ. ಕಾರಿಡಾರ್‌ನಲ್ಲಿ ಜೋರಾಗಿ ಕೇಳಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಮಾತು ಈಗ ಮೆಲುದನಿಯಾಗಿದೆ. ಕೇಳುವವರು ಹಾಗೂ ನೋಡುವವರಿಬ್ಬರೂ ಆ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಶಾಂತತೆಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಬೆಳಕಿನ ಕಂಪನಗಳನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ ಹರಡಿದಾಗ ಪರಿವರ್ತನೆ ಅನಿವಾರ್ಯ, ಅದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಅದನ್ನು ವಿರೋಧಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೆನ್ನಬಹುದು!

ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರೂ ಈ ಅನುಭವವನ್ನು ಪ್ರತಿಫಲಿಸಿಸುತ್ತಾ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಊಹಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ! ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಅದ್ಭುತವಾದ ಪರಿಣಾಮವಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಚಿಕ್ಕಪುಟ್ಟ, ಅಮುಖ್ಯವಾದ ಅನುಭವಗಳಿಂದ ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಕನಸು ಮತ್ತು ಆನಂದದಾಯಕ ಅನುಭವವು ವೇಗ ಮತ್ತು ಬಲವನ್ನು ಗಳಿಸಬಹುದು.

ನಮ್ಮ ನೈಜ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ರೂಪಾಂತರಿಸಿ ಹಂಚಲು ಬೆಳಕು ಅಂತಹ ಹಲವಾರು ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ನಮಗೆ ನೀಡುತ್ತದೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಮಗು ಅಂತಹ ಹೊರಗಿನ ದಿವ್ಯ ಹಸ್ತಕ್ಷೇಪಕ್ಕಾಗಿ ಆತುರದಿಂದ ಅಡಗಿಕೊಂಡು ಕಾಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ – ಇದಕ್ಕೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ದಾರಿದೀಪವಾಗಬಹುದು! ಅದನ್ನು ಆದರದಿಂದ ಸ್ವೀಕರಿಸಲು, ಮಗುವಿನಂಥ ಮುಗ್ಧತೆಯ ಸ್ಥಿತಿಗೆ ಮರಳಬೇಕು. ಇದನ್ನು ಗುರಿಯಾಗಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಅನುಸರಿಸಲು ನಾವು ಹಿಂಜರಿಯದಿರೋಣ. ಬೆಳಕನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ತೆರೆದುಕೊಳ್ಳುವುದರ ಮೂಲಕ, ರಂಪಾಟ ಮತ್ತು ನಿರಾಶೆಗಳು ತುಂಬಿರುವ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಬಾಲಿಶ ನಡವಳಿಕೆಗಳನ್ನು ಬಹಳ ಸುಲಭವಾಗಿ ದೂರದಲ್ಲಿಡಬಹುದು! ನಮ್ಮ ಮುಂದಿನ ಪ್ರಯಾಣವನ್ನು ಆನಂದದಾಯಕವಾದ ಪರಿಶುದ್ಧತೆಯ ಸ್ಥಿತಿ, ದೈವೀಕತೆ ಮತ್ತು ಸಂಪರ್ಕದೆಡೆಗೆ ಬೆಳಕಿನ ಮೂಲಕ ಮಾಡುವುದು ಬಹಳ ಪ್ರತಿಫಲ ನೀಡಬಹುದು. ನಾವು ಜೀವನೋತ್ಸಾಹದಿಂದ ಪುಟಿದೇಳಲು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳೋಣ. ■

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಕೇಂದ್ರಗಳು

ಮೈಸೂರು
ಬುಧವಾರ (ಸಂಜೆ 6)
ಇನ್ಫೋಸಿಸ್ ಲಿ, ಹೆಬ್ಬಾಳ್ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನಿಕ್ಸ್ ಸಿಟಿ, ಹೂಟಗಳ್ಳಿ, ಮೈಸೂರು-570018
☎ 9980837179, ಶ್ರೀ ಆನಂದ್ ನಿರಂಜನ್
☎ 8095026224, ಶ್ರೀ ಆಕಾಶ್ ಮಲ್ಲಿಕ್

ಸೋಲಾಪೂರ್
ಪ್ರತಿದಿನ (ಸಂಜೆ 7:00 - 7:30)
ಬಾಲಗಣೇಶ್ ಮಂದಿರ, ಬುಶರ್ ಪೇಠ್, ಮೊಹೋಲ್
☎ 09860967066, ಶ್ರೀ ವಿವೇಕಾನಂದ ಸ್ವಾಮಿ
☎ 09970800279, ಶ್ರೀಮತಿ ಸ್ವರೂಪ ಸ್ವಾಮಿ

ಚೆನ್ನೈ
ಭಾನುವಾರ (ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 10:00 -10:30)
ನಂ. 481, ಸಾಯಿಪ್ರೇಮ್, 19 ನೇ ರಸ್ತೆ, 4ನೇ ಸೆಕ್ಟರ್, ಕೆ.ಕೆ. ನಗರ
☎ 9444880409, ಶ್ರೀಮತಿ ರಾಜಲಕ್ಷ್ಮಿ ಆರ್.

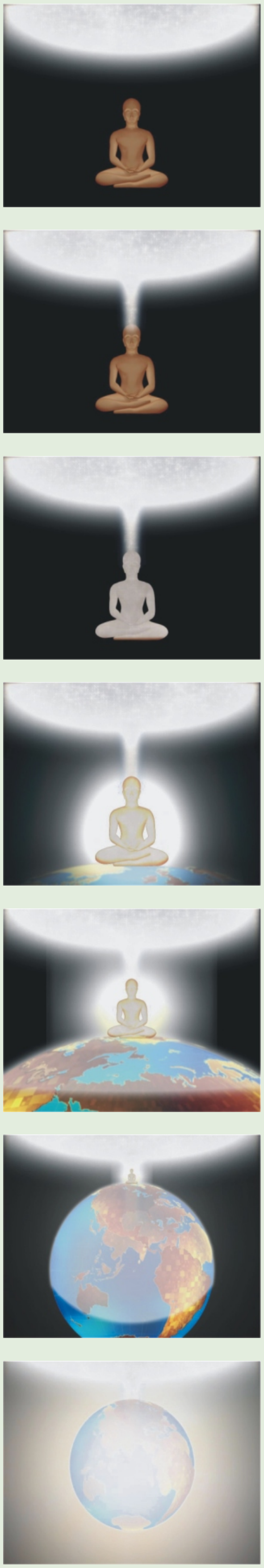
ತಿರುನಲ್ವೇಲಿ
ಪ್ರತಿ ದಿನ (ಸಂಜೆ 7:00 - 7:30)
ವಡಕ್ಕು ತೆರು, ಚೆಲ್ಲಾ ಪಿಳ್ಳೆಯಾರ್ ಕುಲಮ್
ಎ.ಪಿ. ನಾದನೂರ್ ಪೋಸ್ಟ್
ಆಲಂಗುಲಮ್ ತಾಲ್ಲೂಕು - 627423
☎ 9444458747, ಶ್ರೀ ಮಾರಿಯಪ್ಪನ್ ಎನ್.

ಪುಣೆ
ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 6:30 - 7:00)
3 B, ಕಪಿಲ ಹೌಸಿಂಗ್ ಸೊಸೈಟಿ, ಗೋಖಲೆನಗರ, ಪುಣೆ - 411016
☎ 9011038169, ಶ್ರೀ ಆಶುತೋಶ್ ನವನ್‌ಗುಲ್

ಗುರುವಾರ (ಮಧ್ಯಾಹ್ನ 2:30 - 3:00)
ಸಿಂಧಿ ಮಂದಿರ, ಸತ್ನಮ್ ಟೆಕ್ಸ್‌ಟೈಲ್ ಪಕ್ಕ, ಶಿವಸೇನ ಕಛೇರಿಯ ಸಮೀಪ, ಉರುಲಿ ಕಾಂಚನ್, ಹವೇಲಿ ಜಿಲ್ಲೆ, ಪುಣೆ - 412202
☎ 9822973632, ಶ್ರೀ ಗೋರಕ್ಷ್ ಮಹಾದಿಕ್

ವಿಶಾಖಪಟ್ಟಣ
ಶನಿವಾರ (ಸಂಜೆ 7:00 - 7:30)
ಮನೆ ನಂ. 14-339/19, ಫ್ಲಾಟ್ ನಂ. 207, ಶ್ರೀ ಮಿತ್ರ ಹೈಟ್ಸ್, ಬಾಲಾಜಿ ಗಾರ್ಡನ್, ಗೋಪಾಲಪಟ್ಟಂ, APRTC ಬಸ್ ಡಿಪೋ ಎದುರು
☎ 9848628324, ಶ್ರೀ ವಿ. ಹರಿಕೃಷ್ಣನ್

ಮೀರಜ್
ಗುರುವಾರ (ಸಂಜೆ 7:45)
ಶ್ರೀ ಶಿವರುದ್ರ ಬಿ. ಬೆಲಗನ್ವಿ
C/o. ಶ್ರೀ ಸ್ವಾಮಿ ಸಮರ್ಥ ಸೇವಾ ಕೇಂದ್ರ
A-gat Plot No-135, ಸುಭಾಷ್ ನಗರ ಪೋಸ್ಟ್
☎ 9822421463, ಶ್ರೀ ಮಹಾಜನ್



ಅನುಭವಗಳು

ಸಂ: ವೈಶಾಲಿ ಜೋಶಿ; ಅನು: ಪಾಂಡುರಂಗ

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಸುತ್ತಮುತ್ತಲಿನ ಆಗುಹೋಗುಗಳ ಪರಿವೆ ಯಿಲ್ಲದಂಥ ಗಾಢವಾದ ಮೌನದಲ್ಲಿದ್ದೆ. ಈ ಅಭ್ಯಾಸ ಜಾತಿ ಭೇದವನ್ನು ತೆಗೆದು ಹಾಕುತ್ತದೆ.

– ಪ್ರಿಯ, 7ನೇ ತರಗತಿ,
ಪಡುರ್ ಮಾಧ್ಯಮಿಕ ಶಾಲೆ, ಚೆನ್ನೈ

ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣ ಜನ್ಮಾಷ್ಟಮಿಯ ದಿನ ನಾವು ಜಗ್‌ತಪ್ ತರಗತಿಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ನಡೆಸಿದೆವು. ಆ ಸೆಷನ್ ನಡೆಯುತ್ತಿರುವಾಗ ಉನ್ನತವಾದ ಚೈತನ್ಯಗಳ ಅನುಭವವಾಯಿತು. ನನ್ನ ಮುಂಚಿನ ಸೆಷನ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಈ ರೀತಿಯ ಅನುಭವವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಸೆಷನ್ ಮುಗಿದ ನಂತರ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಶಾಂತತೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದರು ಮತ್ತು ಉಲ್ಲಾಸಭರಿತರಾಗಿದ್ದರು.

–ಸಂತೋಷ್ ಕೋರೆ, ಕಾರ್ಯಕರ್ತ

ನಾನು ಜುಲೈ ತಿಂಗಳ ಕೊನೆಯ ಎರಡು ವಾರಗಳಿಂದ ಕರಳು ಬೇನೆ ಸೋಂಕಿನಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದೆ. ಆಗಸ್ಟ್ 2ರಂದು ನಾನು ಶಾಲೆ ಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಸೆಷನ್ ನಡೆಸಿದೆ. ಈ ಸೆಷನ್ ಬಹಳಷ್ಟು ಚೈತನ್ಯಗಳೊಂದಿಗೆ ಶಾಂತಿಯಿಂದ ಕೂಡಿತ್ತು. ನನಗೆ ಅರಿವಿಲ್ಲದೆ ಇದೆಲ್ಲ ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಯಿತು ಎಂದು ಆಶ್ಚರ್ಯದಿಂದ ಮನೆಗೆ ಬಂದೆ. ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆ, ನನ್ನ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಕೆಂಪು ಗುಳ್ಳೆಗಳ ಹರವುಗಳಾಗಿ ತುರಿಕೆ ಶುರು ವಾಯಿತು ಹಾಗೂ 5 ತಾಸುಗಳವರೆಗೆ ಅಲರ್ಜಿ ಯಿಂದ ಬಳಲಿದೆ. ವಿಸ್ಮಯವೆಂಬಂತೆ ಸಂಜೆ ಹೊತ್ತಿಗೆ ನಾನು ಹುಷಾರಾದೆ. ನನಗೆ ಆರಾಮ ವೆನಿಸಿತು ಹಾಗೂ ನನ್ನ ದೇಹ ಬಹಳ ಹಗುರವೆನಿಸಿ ಶಾಂತತೆಯಿಂದ ಕೂಡಿತ್ತು. ಎರಡು ವಾರಗಳ ನಂತರ, ನೋವಿಲ್ಲದೆ, ಆ ರಾತ್ರಿ ಸಮಾಧಾನದಿಂದ ನಿದ್ದೆ ಮಾಡಿದೆ. ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮುಗಿಸಿ ಹಿಂದಿರುಗಿ ಬಂದ ನಂತರ ನನ್ನ ಎಲ್ಲಾ ನಕಾರಾತ್ಮಕತೆಗಳು ಮತ್ತು ನೋವು ನನ್ನ ದೇಹದಿಂದ ಹೊರ ಬಂದಂತೆ ಅರಿವಾಯಿತು. ನನ್ನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸದಾಕಾಲ ನನ್ನ ಜೊತೆಗಿರುವ ಮಾಸ್ಟರ್ ವಿ, ಅಮರಾಜಿ, ಗುರೂಜಿ, ಸಪ್ತಋಷಿಗಳು ಮತ್ತು ಬೆಳಕಿಗೆ ನಾನು ತಲೆ ಬಾಗುವೆ.

– ಅನಿತ ಕೆ ಎ, ಕಾರ್ಯಕರ್ತೆ

ನನಗೆ ತಲೆಸುತ್ತು ಮತ್ತು ಅಸೌಖ್ಯ ಉಂಟಾಗಿತ್ತು. ಡಾಕ್ಟರ್ ಕೆಲವು ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಉಪ್ಪಿಲ್ಲದ ಆಹಾರವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಸೂಚಿಸಿದರು. ನಾನು ಮಾತ್ರೆಗಳನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆ ಆದರೆ ಉಪ್ಪು ರಹಿತ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸಲಿಲ್ಲ. ಬದಲಾಗಿ ನನ್ನ ದಿನ ನಿತ್ಯದ ವ್ಯಾಯಾಮಗಳೊಂದಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ತಂತ್ರದ ಅಭ್ಯಾಸ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆ. ಎಂದಿನಂತೆ ತಪಾಸಣೆಗೆ ಹೋದಾಗ, ನಾನು ಸಹಜ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರುವುದನ್ನು ಕಂಡು ಡಾಕ್ಟರ್‌ರವರಿಗೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಾಯಿತು. ಸೂಚನೆಗಳನ್ನು ಪಾಲಿಸು ತ್ತಿದ್ದೀರ ಮತ್ತು ಉಪ್ಪಿನ ಸೇವನೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದ್ದೀರ ಎಂದು ಅವರು ಕೇಳಿದರು. ನಾನು ಇಲ್ಲ ಎಂದು ಉತ್ತರಿಸಿದೆ. ಆದರೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್, ಈ ಸಮಸ್ಯೆಯಿಂದ ಹೊರಬರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಿದೆ ಎಂದು ನನಗೆ ಗೊತ್ತು. ಬಹಳಷ್ಟು ಉಪಶಮನವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಂಡಿದ್ದೇನೆ.

– ರಾಮಕೃಷ್ಣ, ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯರು,
ವೈ.ಎ.ಎಸ್. ನ್ಯಾಷನಲ್ ಹೈ ಸ್ಕೂಲ್, ಬೆಂಗಳೂರು

ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸದ ನಂತರ ನನ್ನ ಮನಸ್ಸು ಪ್ರಶಾಂತವಾಗಿದೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಮಾಡುವಾಗ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಅದರಲ್ಲಿ ಮಗ್ನ ಳಾಗಿದ್ದೆ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲಿಂದಲೂ ಯಾವುದೇ ತೆರನಾದ ಶಬ್ದ ಕೇಳಿಸುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಇದು ನನಗೆ ಒಂದು ಒಳ್ಳೆಯ ಅನುಭವವಾಗಿತ್ತು.

– ಶ್ರುತಿ ಸಿ, 10ನೇ ತರಗತಿ,
ಕ್ರೈಸ್ಟ್ ಸ್ಕೂಲ್, ಕಗ್ಗಲೀಪುರ, ಬೆಂಗಳೂರು

ನಮ್ಮ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಇತರ ವಿಷಯಗಳಿಗಿರುವಷ್ಟೇ ಮಹತ್ವ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್‌ಗೂ ಸಹ ಇದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಸಮಾನ ರೀತಿಯ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ನೀಡು ತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ನಮ್ಮ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗಿರುವುದನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ. ಅವರ ಏಕಾಗ್ರತೆ ಸಹ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ಅವರು ಈಗ ತುಂಬಾ ಶಿಸ್ತಿನಿಂದ ಇದ್ದಾರೆ. ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಅಭ್ಯಾಸ ನಮಗೆ ತುಂಬಾ ಪ್ರಯೋಜನಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಈ ಅಭ್ಯಾಸ ನಮಗೆ ಸಂತೋಷ ತಂದಿದೆ.

– ಸುನೀತ, ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯಿನಿ, ವಾತ್ಸಲ್ಯ
ಪ್ರಾಥಮಿಕ ಶಾಲೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಒಬ್ಬ ವ್ಯಕ್ತಿ ನನ್ನ ಹತ್ತಿರ ಬಂದು ತನ್ನ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಂಡರು. ಅವರು ರಾತ್ರಿ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಭಯಗೊಂಡು ಎಚ್ಚರಗೊಳ್ಳು ತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರಿಗೆ ಬಾಲ್ಯದಿಂದಲೂ ಈ ಸಮಸ್ಯೆ ಯಿತ್ತು. ನಾನು ಅವರಿಗೆ ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಪರಿಚಯಿಸಿದೆ. ಅವರು ಲೈಟ್ ಚಾನಲಿಂಗ್ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ನಂತರ ಅವರಿಗಿದ್ದ ಭಯ ಹೊರಟು ಹೋಯಿತು. ಈಗ ಅವರು ಮಾನಸ ಕುಟುಂಬದ ಭಾಗವಾಗಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಎಲ್ಲ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗಿದ್ದಾರೆ. ಇದರಿಂದ ನನಗೂ ಸಂತೋಷ ವಾಗಿದೆ. ಋಷಿಗಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಗುರೂಜಿಯವರಿಗೆ ನನ್ನ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು.

– ಮೃದುಲ ಮಲ್ಪಾನಿ, ಲೈಟ್ ಚಾನಲ್

ಬೆಳಕಿನ ಸಂಚಲನ ಕನ್ನಡ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆ, ಖಾಸಗಿ ಪ್ರಸಾರಕ್ಕಾಗಿ ಮಾತ್ರ ಸಂಪಾದಕರು, ಪ್ರಕಾಶಕರು ಮತ್ತು ಮುದ್ರಕರು: ಶ್ರೀದೇವಿ (ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ) ಪರವಾಗಿ)
ಪ್ರಕಾಶನ ಸ್ಥಳ: ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರಸ್ತೆ) ಬೆಂಗಳೂರು– 560077
ಮುದ್ರಣ ಸ್ಥಳ : ಗುಡ್ ಪ್ರಿಂಟ್ಸ್, ವೀಣ ಕಾಂಪ್ಲೆಕ್ಸ್, ಹಳೇ ಮದ್ರಾಸ್ ರಸ್ತೆ, ದೂರವಾಣಿನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು – 560 016
ಮಾಲೀಕರು ; ಮಾನಸ ಫೌಂಡೇಶನ್ (ರಿ), ತಪೋನಗರ, ಚಿಕ್ಕಗುಬ್ಬಿ, (ಹೆಣ್ಣೂರು–ಬಾಗಲೂರು ರಸ್ತೆ) ಬೆಂಗಳೂರು – 560077 ಸಂಪಾದಕರು: ಶ್ರೀದೇವಿ